

“Amare significa aprirsi verso l’altro, accoglierlo come persona dotata della stessa dignità [...] e per questo colui che ama giunge a donare se stesso in ciò che dona.”

Servo di Dio Giancarlo Bertolotti
medico ginecologo insegnante dei metodi naturali



CONFEDERAZIONE ITALIANA
dei CENTRI
per la REGOLAZIONE NATURALE
della FERTILITÀ



CONFEDERAZIONE ITALIANA
dei CENTRI
per la REGOLAZIONE NATURALE
della FERTILITÀ

■ ■ ■ **un amore così, mi piace!**

***Vivere con gioia la sessualità
in pienezza e libertà!***

I Metodi Naturali

La scienza al servizio dell'amore

- Promuovono l'intimità nell'accoglienza reciproca.
- Rendono la coppia consapevole della propria fertilità.

***La coppia impara a vivere l'amore
che genera amore.***

***Desiderate farvi un regalo?
Chiamate un insegnante che vi guiderà***

info su:



www.confederazionemetodinali.it

Segreteria Nazionale
Via Seminario, 8 - 37129 Verona
Tel: 045 9276228 - Fax: 045 9276226
segreteria.cic1991@gmail.com



UN AMORE COSÌ CI PIACE...

La via naturale dell'amore. Semplice ed Efficace!

Cosa sono i Metodi Naturali'?

Sono metodi che si basano sulla conoscenza dei processi biologici per cui una gravidanza può essere ricercata o evitata grazie all'osservazione dei segni e dei sintomi della fase fertile del ciclo mestruale. Quando si vuole evitare una gravidanza ci si deve astenere dai rapporti sessuali durante la fase fertile del ciclo mestruale. Quando si ricerca una gravidanza si possono utilizzare con precisione i giorni fecondi. Da OMS

I Metodi Naturali moderni, fondati su solide basi scientifiche, sono:

- Metodo Billings
- Metodo Sintotermico CAMeN
- Metodo Sintotermico Roetzer

Quando possiamo utilizzarli? Sempre!

In presenza di ciclo regolare, irregolare, in allattamento, in premenopausa, se ci sono turni di lavoro ... insomma, sempre!

Riconoscere i segni e i sintomi della fertilità è facile, tutte le donne possono diventarne capaci. ANCHE TU!

IL METODO DELL'OVULAZIONE BILLINGS

- Quale sintomo va osservato?
Il muco cervicale.
- Come riconoscerlo?
Facendo attenzione alla sensazione percepita a livello dei genitali e all'eventuale presenza del muco visibile al loro esterno.

I METODI SINTOTERMICI CAMeN E ROETZER

- Cosa osservare?
I cambiamenti di più segni e sintomi prodotti dagli ormoni ovarici nel corso del ciclo mestruale.
- Quali sono?
Muco Cervicale
Temperatura Basale
Collo dell'utero
Alcune Regole statistiche sulla lunghezza del ciclo
- Cosa differenzia i due Metodi Sintotermici?
La diversa combinazione dei segni e i sintomi di fertilità.

